

Tilmaamaha U Diyaargarowga Baaritaanka pH ee 24-Saac Daawo qaadanay

U ditaargarowga Baaritaanka pH ee 24-Saac

- Laguma suuxin sidaa darteed waad wadan kartaa gaarigaaga si aad gurigaaga u aado.
- Baaritaanka waxa u qaadanayaa muddo hal saac ah.
- Haddii aad wax su'aal ah ka qabto u tilmaamaha u diyaargarowga, fadlan soo wac (320) 229-4916.

Macluumaadka Daawada

- Waxaa laga yaabaa in lagaa doonayo in aad joojiso qaar ka mid ah daawooyinka aad qaadato ama aad wax ka bedesho. Waa in aad kala haashaa dhakhtarka kuu qoray insuliinta ama daawada sokorta ka hor Daraasadda pH ee 24-Saac. Ha joojin qaadashada daawada adiga oo aan ogolaasho ka helin dhakhtarkaaga.

Maalinta Daraasadda pH ee 24-Saac

- Xusuusnoow in aadan waxba cunin ugu yarana 4 saacadood daraasadda ka hor.
- Ha soo xiran waxyaabaha la isku qurxiyo sida dhagadhagaha iyo dahbka. Alaabada qiimaha badan leh uga tag gurigaaga ama u dhiibo qoyskaaga.
- Ha soo xiran dhar kugu dhagan

Baaritaanka pH ee 24-Saac ka dib:

- Waxaa lagaa doonayaa in aad qorto calaamadaha aad isku aragto 24ka saac ee so socda.
- Waxaa lagu weydiisanayaa in aadan dabaalan, qubeysan, iyo in aadan biyaha dhex gelin ka dib marka tubadalagu geliyo.
- Waxa aad isku tirtiri kartaa isbuunyo qoyan ama shaambo lagu qooyey sidaasna ku talo gal.
- Maalinta xigta waxa aad ku soo noqneysa xarunta caafimaadka balan kooban oo tubada lagaaga saaro.
- Tubada sanko lagaa geliyo saameyn kuma yeelaneyso dhaqdhaqaaqaaga laakiin dadku way arki karaan. Waa in aad maanka ku heysaa marka aad gudaneyso hawl maalmeedkaaga.

Fariin/Tilmaamo gaar ah: